

# Formation massage Réflexologie Plantaire

La **réflexologie plantaire** vise à activer le processus d'autoguérison du corps. A chaque zone du pied correspond un organe ou une fonction du corps humain. En stimulant manuellement ces zones réflexes, il est donc possible d'agir sur les organes ou les fonctions qu'elles représentent. Cette technique de digito-pression soulage le corps par le pied.

- Soulager les douleurs aux pieds -
- Envoyer un message aux organes par des points reflexes sur le pied

**Formateur·rice(s) :**

## Objectifs visés

- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques de la réflexologie plantaire
- Maîtriser les indications et contres indications de la réflexologie plantaire
- Adapter la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Écouter et entendre les besoins du client

## Méthodes d'évaluation

- Quiz
- Jeu de rôle / Simulation
- Cas pratique

## Déroulé pédagogique

### Journée 1

- Accueil du stagiaire
- Les règles d'hygiène & de sécurité
- le matériel nécessaire
- Questionnaire de santé
- histoire du massage
- Savoir vendre le massage
- PAUSE REPAS
- Démonstration sur modèle

- Montrer les postures à avoir
- mise en pratique & Travail en binôme mouvements + postures
- Nettoyage & Désinfection
- Questions & Clôture

## Journée 2

- Accueil du stagiaire
- découverte de la suite du protocole
- mise en pratique & travail en binôme
- PAUSE REPAS
- Révision du déroulement
- Mise en pratique du massage entier 1H
- Remise de l'attestation de formation

## Informations complémentaires

**Durée :** 16 heures de formation sur 2 jours

**Pré-requis :**

**Public concerné :** Ouvert à tous.